

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu bentuk kegiatan fisik yang dilakukan oleh individu atau kelompok dengan maksud untuk meningkatkan kebugaran fisik. Ini mencakup serangkaian gerakan tubuh yang diulang secara teratur dengan tujuan untuk memperbaiki kondisi fisik secara keseluruhan. Penting untuk dicatat bahwa praktik olahraga sejak usia dini hingga usia lanjut secara teratur memiliki dampak positif yang signifikan pada kesehatan, mengurangi risiko penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup tidak sehat.

Cabang olahraga *petanque* yang muncul pertama kali di Prancis pada tahun 1907 di kota *La ciotat*, telah menjadi bagian dari olahraga yang diakui secara resmi di Indonesia sejak SEA Games 2011. Cabang *petanque* diperkenalkan untuk pertama kalinya di Kota Bekasi, Jawa Barat, saat perhelatan PON XIX Jawa Barat pada tahun 2016, Sudiadharma & Rohman dalam Pelana and Wenly (2023).

Petanque merupakan suatu permainan *boules* yang bertujuan untuk mendekatkan bola besi (Bosi) kepada bola kayu (Boka), yang umumnya disebut *jack*, dengan syarat bahwa kedua kaki pemain harus berada di dalam lingkaran kecil, dan posisi kaki harus dipertahankan di dalam lingkaran tersebut (Al Bhaikhaqy, Sandi Prayoga, and Bayu Utomo 2022), dan posisi kaki harus dipertahankan di dalam lingkaran tersebut.

Olahraga *petanque* dapat dinikmati oleh berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga orang tua, dan dapat dilakukan di berbagai lokasi oleh siapa pun. Ini merupakan olahraga yang menuntut tingkat konsentrasi yang tinggi, di mana peserta harus melemparkan bola-bola berbahan besi dengan tujuan mendekati bola kayu atau *jeck*. Selain menjadi opsi rekreasi yang menyenangkan, *petanque* juga dapat berperan dalam meningkatkan kesehatan.

Dalam pertandingan *shooting* Poin yang dapat diperoleh dalam nomor *shooting* adalah 0, 3, dan 5 untuk setiap tembakan yang berhasil, menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi dan akurasi yang tinggi sangatlah penting untuk meraih prestasi dalam permainan ini (Hanief dalam Pelana and Wenly 2023). Fokus utama dalam permainan *petanque* adalah mencapai tingkat ketepatan yang optimal dalam setiap lemparan. Hal ini menandakan bahwa setiap lemparan harus mencapai target dengan akurasi yang presisi untuk memperoleh poin-poin kemenangan.

Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat ketepatan memiliki dampak yang signifikan dalam nomor *shooting*, dimana semakin tepat lemparan pada sasaran yang diberikan, semakin tinggi jumlah poin yang diperoleh. Fokus utama dalam permainan *petanque* adalah mencapai tingkat ketepatan yang optimal dalam setiap lemparan. Hal ini menandakan bahwa setiap lemparan harus mencapai target dengan akurasi yang presisi untuk memperoleh poin-poin kemenangan. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat ketepatan memiliki dampak yang signifikan dalam nomor *shooting*,

dimana semakin tepat lemparan pada sasaran yang diberikan, semakin tinggi jumlah poin yang diperoleh.

Dalam permainan *petanque* konsentrasi memegang peran penting dalam permainan olahraga *petanque*, dimana ketenangan diri dalam menembakkan bola besi (Bosi) menjadi kunci untuk mencapai ketepatan terhadap sasaran yang diinginkan. Gangguan atau penurunan tingkat konsentrasi pada atlet, terutama saat latihan atau kompetisi, dapat mengakibatkan berbagai masalah serta hasil yang kurang optimal. Permainan ini menekankan aspek psikologis individu terkait kemampuan konsentrasi dan ketenangan dalam mengarahkan bola besi (Bosi) secara akurat menuju target yang dituju. Konsentrasi yang optimal memberikan keuntungan besar bagi atlet, baik dalam tahap latihan maupun saat bertanding, karena membantu dalam merumuskan strategi untuk mengatasi lawan dan mencetak poin bagi timnya (Rachmad, Achmad, and Dyas 2021).

Berdasarkan wawancara pada salah satu atlet *petanque* Kota Bekasi mengatakan bahwa “lemparan *shooting* yang kurang tepat pada sasaran dikarnakan. gangguan *eksternal* atau kurangnya fokus dapat mengakibatkan hilangnya konsentrasi, yang berdampak pada ketidakmampuan lemparan *shooting* untuk mencapai target yang diinginkan, malah mungkin mengenai hambatan”. Jadi penting bagi seorang *shooter* untuk memiliki kemampuan mengatur ritme lemparan yang efektif guna mengurangi kesalahan, dimana ritme tersebut sangat tergantung pada tingkat konsentrasi yang optimal. Seorang pemain *petanque* dituntut memiliki kemampuan teknik *shooting* yang efisien untuk meningkatkan peluang meraih kemenangan dalam pertandingan. Kemampuan efisiensi dalam

shooting dapat dipastikan 90% akan memenangkan pertandingan baik oleh individu maupun tim, dapat memberikan keunggulan signifikan dalam meraih kemenangan, dengan kemungkinan besar untuk menguasai posisi bola besi lawan sehingga dapat meningkatkan poin yang diperoleh (Oktaviani, Budi, and Nugraha 2021).

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti pada atlet petanque Kota Bekasi, peneliti melihat cenderung menginstruksikan para atlet dengan kata-kata seperti "Tenang" atau "Fokus" selama pertandingan. Setelah dikonfirmasi pada pelatih, hal ini dilakukan sebagai upaya untuk menjaga konsentrasi atlet tanpa pengingat tersebut para atlet cenderung kehilangan fokus nya, hal ini biasanya terjadi ketika situasi tertinggal beberapa poin sehingga seringkali memicu reaksi emosional yang tinggi dari para atlet, yang kemudian berdampak negatif pada konsentrasinya. Dalam kondisi ini, kemampuan para atlet untuk mencapai target shooting menurun, dan konsentrasinya pada sesi permainan terakhir juga menurun karena kelelahan. Berdasarkan evaluasi terhadap PORPROV XIV tahun 2022 di Taman Lokasana Ciamis, yang hanya memperoleh skor 9 - 20 dalam lima disiplin dalam *shooting game*, peneliti mengidentifikasi kelemahan pada atlet dalam melempar bola yang disebabkan oleh kurangnya konsentrasi. Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan yang diungkapkan, penelitian akan dilakukan untuk menginvestigasi faktor-faktor yang memengaruhi daya konsentrasi dalam mencapai hasil *shooting* yang optimal dalam permainan. Penelitian ini berjudul "Hubungan Tingkat Konsentrasi Terhadap Hasil *Shooting Game* Atlet *Petanque* Kota Bekasi".

Maka berdasarkan permasalahan yang diatas penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Konsentrasi Terhadap Hasil *Shooting Game* Atlet *Petanque* Kota Bekasi”

B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Batasan dari masalah proposal ini yaitu “Hubungan Tingkat Konsentrasi Terhadap Hasil *Shooting Game*”

Agar penelitian ini tidak melebar maka penelitian ini dibatasi sebagai berikut:

- a. Melihat hubungan tingkat konsentrasi terhadap hasil *shooting Game* atlet *petanque* Kota Bekasi
- b. Pesertanya dalam penelitian ini adalah atlet *petanque* Kota Bekasi
- c. Penelitian ini menggunakan *Grid Concentration Test*
- d. Populasinya adalah atlet *petanque* Kota Bekasi
- e. Menggunakan *total sampling* 11 atlet *petanque* Kota Bekasi

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas maka rumusan masalahnya sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan tingkat konsentrasi terhadap hasil *shooting game* atlet *petanque* Kota Bekasi?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini, yaitu ingin mengetahui hubungan tingkat konsentrasi terhadap hasil

shooting game atlet *petanque* Kota Bekasi

D. Manfaat penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan acuan bagi peneliti di masa yang akan datang.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu bagi dunia pendidikan dan bagi pengembangan ilmu keolahragaan terutama cabang olahraga *petanque*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penulis

Sebagai bahan masukan yang bermanfaat dan sumber pengetahuan untuk dasar penelitian terhadap tingkat konsentrasi terhadap *hasil shooting game* pada atlet *petanque*.

b. Bagi pelatih

Sebagai bahan masukan untuk mengetahui seberapa besar tingkat konsentrasi terhadap *hasil shooting game* pada seorang atlet *petanque*.

c. Bagi pembaca

Untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan tentang tingkat konsentrasi terhadap *hasil shooting game* pada atlet *petanque*.

E. Definisi Oprasional Variabel

Untuk menghindari kebingungan dalam pelaksanaan penelitian, setiap variabel diberikan batasan berupa definisi operasional sebagai berikut:

1. Definisi Konsentrasi

Konsentrasi saat di lapangan adalah kemampuan pemain untuk fokus penuh pada tugas selama permainan, melibatkan fokus mental dan fisik tinggi, mengabaikan gangguan, serta menjaga stabilitas emosi dan pikiran. Dalam olahraga, konsentrasi mendukung koordinasi gerakan, pengambilan keputusan cepat, dan performa optimal.

Menurut Gustian dalam Raynaldo, Fahrizal, and Herpandika (2023), Konsentrasi merujuk pada kapasitas seorang atlet untuk menitikberatkan perhatian dan mengeliminasi gangguan ketika menanggapi rangsangan yang esensial.

2. Definisi Shoting Petanque

Pada nomor pertandingan shooting game, penembakan dilakukan dari jarak 6 meter, 7 meter, 8 meter, dan 9 meter. Poin yang dapat diperoleh adalah sebagai berikut: 0 poin jika tembakan tidak mengenai target, 1 poin jika tembakan mengenai target tetapi hanya menyentuh bagian tepi, dan 3 poin jika tembakan tepat mengenai sasaran (Khofifah, Hudah, and Kusuma 2021).